

Section Randonnée - Saison 2023 - 2024

Planning Cours adultes des mercredis de 20h30 à 21h30

06/09/2023	RENTREE - LIBRE
13/09/2023	POUSSEE
20/09/2023	POUSSEE + LEVER
27/09/2023	VIRAGE + SLALOM + CHASSE NEIGE
04/10/2023	CHASSE NEIGE + EQUILIBRE SUR 1 PIED
11/10/2023	FREINAGES DIVERS
18/10/2023	EQUILIBRE SUR 1 PIED + FREINAGES
25/10/2023	VACANCES REVISIONS - LIBRE
01/11/2023	VACANCES REVISIONS - LIBRE
08/11/2023	VIRAGE + SLALOM + FREINAGES
15/11/2023	INITIATION ROLLER HOCKEY
22/11/2023	CROISES AVANT
29/11/2023	INITIATION FREESTYLE
06/12/2023	EQUILIBRE SUR 1 PIED + BAISSÉ
13/12/2023	VIRAGE + RETOURNEMENT
20/12/2023	ATELIER REVISION TOUS LES THEMES + APERITIF DE FIN D'ANNEE
27/12/2023	Fermeture pour vacances de Noël
03/01/2024	Fermeture pour vacances de Noël
10/01/2024	REVISIONS
17/01/2024	VIRAGES AVEC PIVOT
24/01/2024	RETOURNEMENT + CITRON ARRIERE
31/01/2024	CITRON ARRIERE + MARCHE ARRIERE
07/02/2024	MARCHE ARRIERE + CROISES ARRIERE
14/02/2024	REVISIONS ROUES FEDERALES JAUNE ET VERTE
21/02/2024	VACANCES REVISIONS - LIBRE
28/02/2024	VACANCES REVISIONS - LIBRE
06/03/2024	CROISES ARRIERE + CITRON ARRIERE SUR SLALOM
13/03/2024	SLALOM ARRIERE
20/03/2024	EQUILIBRE SUR 1 PIED EN PRISE DE CARRE + FREINAGE EN T
27/03/2024	INITIATION COURSE
03/04/2024	CHASSE NEIGE ARRIERE
10/04/2024	CHASSE NEIGE ARRIERE + T ARRIERE
17/04/2024	VACANCES REVISIONS - LIBRE
24/04/2024	VACANCES REVISIONS - LIBRE
01/05/2024	EMJAMBEMENT + SAUT
08/05/2024	EQUILIBRE SUR 1 PIED EN PRISE DE CARRE
15/05/2024	REVISION EQUILIBRE 1 PIED + BAISSÉ + CARRE
22/05/2024	REVISION MARCHE ARRIERE + CROISES ARRIERES
29/05/2024	CHASSE NEIGE ARRIERE
05/06/2024	CHASSE NEIGE ARRIERE + T ARRIERE
12/06/2024	FREINAGE SEMI LATERAL + LATERAL
19/06/2024	REVISIONS FREINAGE GENERAL
26/06/2024	REVISIONS LIBRES
03/07/2024	REVISIONS LIBRES - POT FIN D'ANNEE

A noter que ce planning peut être modifié suivant la disponibilité de chaque intervenant